

2026

AOMORI

青の煌めきあおもり国スポ



公式マスコット
「アップリート君」

第80回国民スポーツ大会
デモンストレーションスポーツ

ウォークビンゴ競技

会期 7.5 ⑧

会場 青森駅前公園 ～ 新町商店街周辺

主催 公益財団法人日本スポーツ協会・文部科学省・青森県・青森市

主管 青森県レクリエーション協会・青森市レクリエーション協会

2026 AOMORI

第80回国民スポーツ大会

The 80th JAPAN GAMES

国民スポーツ大会（国スポ）は、都道府県対抗で毎年開催される国内最大のスポーツの祭典です。本県での開催は、前回のあすなろ国体^{（※）}以来49年ぶりであり、前回同様、冬季大会と本大会を同一県で開催する「完全国スポ」です。

※2024年から「国民体育大会」の名称が「国民スポーツ大会」に変わりました。

デモンストレーションスポーツとは

国民スポーツ大会の実施競技の中には、子どもからご高齢の方まで県民の皆さんが気軽に参加できるデモンストレーションスポーツ、通称「デモスポ」と呼ばれる競技があります。健康づくりや体力の向上、世代間や地域間の交流の輪を広げることなどを目的として、皆さんもよく知っているスポーツから、青森県ならではのスポーツまで、さまざまな魅力ある39競技が29市町村で実施されます。

大会愛称

青の煌めき^{きら}あおもり国スポ

青い空、青い海や湖、青い山並みなど美しく豊かな自然に恵まれた青森県で、あおもり国スポに参加する全ての人々が、交流を深め、感動を創出し、いきいきと煌めくような大会を目指します。

スローガン

翔ける未来へ縄文の風に乗って

縄文時代の遺跡が数多く存在する青森から、新たな歴史と感動を全国に向けて発信し、未来につなげていきたいという願いを込めています。

イメージソング「翔ける未来へ」



作詞：井元 仁江
作曲：T. Mikami
編曲：多田 慎也、島田 尚
歌唱：りんご娘
（ピンクレディ、
スターキングデリシャス、
はつ恋ぐりん、金星）

ダンス「青の煌めき^{きら}ダンス」



イメージソング「翔ける未来へ」にあわせ、振付けに青森県を表現するポーズやねぶたの跳人の動き、手話による表現などを盛り込んだ、青森らしいユニバーサルデザインダンスです。

公式マスコット



「アップリート君」

特徴ある県の形と、ハチマキの中央にある「りんご」で青森県を表現しています。

LINEスタンプも販売！



最新情報は公式アプリ・HP・SNSで！

公式アプリ



Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play

あおもり国スポ

検索

今すぐ無料ダウンロード！

県実行委員会
公式HP



X



Instagram



YouTube



ごあいさつ



青の煌めきあおもり国スポ・障スポ
実行委員会会長

青森県知事 宮下 宗一郎

多くの県民の皆様にご参加をいただき、昭和100年記念青の煌めきあおもり国スポ「第80回国民スポーツ大会」のデモンストレーションスポーツとして、ウォークビンゴが青森市において開催されますことを、心からお喜び申し上げます。

「青の煌めきあおもり国スポ」は、冬季大会と本大会を同じ県で開催する史上初の完全国体であった「あすなろ国体」以来、49年ぶりに青森県で開催される大会であり、大会名称が国民スポーツ大会に変更されてから、初めての“完全国スポ”となります。また、今年は昭和元年（1926年）から起算して満100年となる年であることから、国スポ・障スポに「昭和100年記念」の冠称を付しております。

デモンストレーションスポーツは、国スポの実施競技の一つであり、健康づくりや体力の向上、世代間や地域間の交流の輪を広げることなどを目的として、こどもから高齢者まで県民の皆様誰もが気軽に参加でき、楽しむことができる競技となっております。本県では5月から10月まで、皆様もよく知っているスポーツから青森県ならではのスポーツまで、魅力あふれる39競技が29市町村で実施されます。

青森県がスポーツで一つになる。県民の心も一つになる。そんな「青森新時代」にふさわしい国スポに向けて、多くの県民の皆様にご参加いただき、青森県を「青の煌めき」一色に染め上げ、このスポーツの祭典を盛り上げましょう。

結びに、本大会の開催にご尽力されました関係者の皆様にご心から感謝申し上げますとともに、本大会の御成功と本競技のますますの発展並びに参加される皆様の御健闘を心からお祈りいたします。

歓迎のことば



青の煌めきあおもり国スポ・障スポ
青森市実行委員会会長

青森市長 にし ひで き 記

第 80 回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」デモンストレーションスポーツウォークビンゴ競技会が、県内各地から多くの参加者及び関係者の皆様をお迎えし、青森市にて開催できますことを大変嬉しく思います。

ウォークビンゴは、街を歩いてチェックポイントを探し、設置された課題をクリアしながらビンゴゲームに挑戦する競技です。軽い運動ができる方であれば誰でも参加でき、普段見過ごしてしまうような地域の魅力を再発見することができます。

第 80 回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」デモンストレーションスポーツとして、本市ではウォークビンゴをはじめ 11 競技が開催されます。デモンストレーションスポーツは、年齢や性別を問わず県民が気軽に参加できるものであり、この大会が世代間の交流や健康づくりのきっかけとなることを期待しております。

さて、本市では今年、デモンストレーションスポーツに続き、9 月 3 日から 10 月 19 日にかけて国スポ正式競技 14 競技を開催します。また 10 月 23 日から 26 日にかけては障スポ正式競技 4 競技が本市で繰り広げられます。

国内トップレベルの競技を間近で観戦する絶好の機会であり、皆様がスポーツの楽しさや素晴らしさを実感し、心に残るような大会となることを心から願っております。

結びに、本大会の開催に御尽力いただいた関係者の皆様に敬意を表し、深く感謝申し上げますとともに、参加される皆様の御活躍と大会の成功を祈念申し上げ、歓迎のことばといたします。

大会開催によせて



青森市レクリエーション協会

会長 しお たに あき ひろ
塩谷 彰 宏

第 80 回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」デモンストラーションスポーツ「ウォークビンゴ競技会」の開催にあたり、多くの参加者並びに関係者の皆様をお迎えできますことを、心より嬉しく思います。

ウォークビンゴは、まちを歩きながらチェックポイントを巡り、仲間と協力して課題に挑戦するレクリエーション活動です。健康づくりや体力の維持増進はもとより、人と人との交流を深め、地域の魅力を再発見する機会として、多くの方々に親しまれています。

本大会の会場となる青森市中心部には、歴史や文化、自然など様々な魅力があります。参加者の皆様には、競技を楽しみながら青森のまちなかを巡り、その魅力に触れていただければ幸いです。

また、本大会の開催にあたり、ご支援とご協力をいただきました関係機関・団体の皆様をはじめ、運営を支えてくださるスタッフ及びボランティアの皆様に、心より感謝申し上げます。

本大会が参加者相互の交流を深めるとともに、レクリエーション活動への理解と関心を深める機会となり、健康で活力ある地域づくりにつながることを願っております。

結びに、本大会が参加者の皆様にとって思い出深いものとなりますことを祈念申し上げ、ご挨拶といたします。

競 技 会 役 員

2026年6月2日現在
(順不同・敬称略)

名誉会長
会 長
副会長
顧問
参 与

西 秀 記
塩 谷 彰 宏
柿 崎 泰 明
奈良岡 隆
赤 平 勇 人
大 矢 保
軽 米 智雅子
工 藤 健
関 貴 光
中 田 靖 人
藤 田 誠
山 本 武 朝
齋 藤 美 鈴
横 山 英 大
金 谷 浩 光
白 戸 高 史
大久保 文 人
今 国 弘
太 田 直 樹
高 野 雅 子
一 戸 善 正
大 瀬 良 一
井戸端 隆 雄
高 橋 修 一
川 浪 泰 浩
今 卓 也
盛 健 一
工 藤 智 久
成 田 幾 末
杉 本 康 雄
田 澤 康 治
打 谷 桂 子

工 藤 拓 実
工 藤 裕 司
小豆畑 緑
小熊 ひと美
木 戸 喜美男
工 藤 夕 介
相 馬 純 子
中 村 美津緒
万 徳 なお子
渡 部 伸 広
松 浦 淳
横 内 修
千 葉 康 伸
大久保 綾 子
木 村 颯 希
佐々木 正 幸
遠 嶋 祥 剛
齊 藤 寿 一
山 本 知 也
諏 訪 正 徳
中 村 雅 彦
菅 原 文 子
相 馬 克 典
花 田 惇
中 村 紀 徳
大 西 透 信
佐々木 重 光

中 田 真紀子

天 内 慎 也
小 倉 尚 裕
木 下 靖
里 村 誠 悦
竹 山 美 虎
奈 良 祥 孝
村 川 みどり
土 岐 志 麻
川 村 仁
鈴 木 裕 司
齋 藤 賢 剛
佐 藤 秀 彦
土 岐 政 温
泉 宏 明
船 橋 正 明
佐々木 和 人
前 田 濟
今 井 正 樹
服 部 一 雄
中 嶋 與志久
黒 丸 健 吾
高 橋 秀 親
白 鳥 晶 司
北 畠 滋 郎
森 隆

蛭 名 和 子
柿 崎 孝 治
木 村 淳 司
澁 谷 洋 子
舘 山 善 也
花 田 明 仁
山 田 千 里
天 内 博 康
赤 坂 寛
小 野 正 貴
中 村 敦
横 内 信 満
奈 良 英 文
角 田 毅
舘 山 公
倉 橋 純 造
津 島 淳
河 野 満
正部家 淳 司
長 尾 信
中 川 伸 吾
佐 藤 健 一
小 形 峰 雄
福 田 真奈美

委 員 長
副委員長
委 員

競 技 役 員

2026年6月2日現在
(順不同・敬称略)

競技委員長	塩 谷 彰 宏
競技副委員長	木 村 博 子
競技会役員	杉 本 康 雄

競 技 補 助 員

2026年6月2日現在
(順不同・敬称略)

競技補助員	佐々木 朋 子	太 田 由 子	小 嶋 眞喜子	宮 崎 静 子
	有 馬 ゆみ子	有 馬 龍	工 藤 富士子	福 田 均
	小笠原 仁 美	鈴 木 重 一	棟 方 由美子	亀 田 久 子
	成 田 恵美子	佐 藤 美智子	佐 藤 令 子	山 上 久美子
	三 上 香 織	名古屋 淳 子	木 村 光	山 口 雪 江
	田 中 靖 子	高 田 由美子	林 洋 子	三 上 希良菜
	奥 崎 創 太	長 谷 川 裕生	檜 舘 萌	

〔４〕ウォークビンゴ

1 期 日	2026 年 7 月 5 日（日）
受 付	9 時00分
開会式	9 時30分
競技開始	10時00分
表彰式	12時00分

2 会 場 青森市 青森駅前公園～新町商店街周辺

3 種別及び参加人員

種 別	選 手	チーム数	小 計	合 計(人)
学 生	30	6～10 チーム程度	30	130
一 般	100	20～33 チーム程度	100	

4 競技上の規程及び方法

(1) 競技規則

青森駅前を中心にクイズやゲームをしながら「まちなかウォーク」を楽しむ。途中で棄権する場合は、必ず（017-752-0699）まで連絡を入れること。

(2) 競技方法

ア 地図を見ながら 10 か所のチェックポイント、ゲームコーナーに立ち寄る。

イ チェックポイントには、数字合わせとクイズが書かれているので解答用紙に記入する。

ウ チェックポイントとゲームコーナーの総合得点で勝敗を競う。

5 選考方法

(1) 先着順とする。

(2) 1 チーム 3～5 人での申込となるが、1～2 名の場合は当日他のグループと一緒にいることがある。

6 参加資格

(1) 原則として、青森県内に居住している者とする。

(2) 軽い運動ができる方であれば、年齢問わず、誰でも参加できる。

(3) 18 歳未満又は高校生以下の者の参加については、必ず保護者の同意を得た上で申込みを行うこと。

7 表 彰

1～3 位及び最下位から 2 番目（ブービー賞）に賞状及び景品を授与する。

8 参加申込方法

- (1) 2026 年 5 月 1 日（金）から 2026 年 6 月 30 日（火）までとする。
- (2) 「参加申込書」を下記宛てに FAX 又は、メールすること。

申込先	宛 先	提出部数
一般社団法人 青森県レクリエーション協会	〒030-0132 青森県青森市大字横内字亀井 278 番地 1 TEL 017-752-0699 FAX 017-752-0717 E-mail aomoriken-reku@ksh.biglobe.ne.jp	1 部

9 参加負担金

- (1) 1 人 300 円とする（保険料含む）。
- (2) 当日、会場受付で徴収する。

10 参加上の注意

- (1) 傷害保険については、参加費をもって 1 日保険に加入する。
- (2) 参加者は、各自の責任において健康管理に十分配慮の上参加すること。
- (3) 競技実施中の傷害、疾病については、AED 対応、救急車の手配等速やかな対応を行う。
- (4) 会場までの移動については、各自とする。駐車場利用料金は、自己負担とする。
- (5) 運動しやすい服装とし、タオル、水分等を持参すること。

11 個人情報の取扱いについて

参加申込書（同意書含む）に記載された個人情報については、以下の青の煌めきあおもり国スポに関する業務に使用する。また、申込時点で本人の同意が得られたこととする。

- (1) 青の煌めきあおもり国スポへの参加意思及び参加人数の確認
- (2) 競技参加資格の確認（年齢、性別、所属、保護者の同意など）
- (3) 参加案内等の送付
- (4) 競技別プログラムの作成
- (5) 賞状等の筆耕
- (6) 競技の結果、映像、写真の記録業務への使用及び広報誌、インターネット等への掲載

12 その他

- (1) 荒天時及び不測の事態が起こった場合には、主催者が開催の有無を決定する。開催の有無については、申込時の連絡先へ連絡する。
- (2) この要項に定めない事項は、必要に応じて主催者が協議して定める。

大会日程

開催日時：令和8年7月5日（日） 10:00 競技開始

開催場所：青森駅前公園（主会場）～ 新町商店街周辺

受付	9時00分
開会式	9時30分
競技開始	10時00分
表彰式	12時00分
閉会式	表彰式終了後

【開会式次第】

開会宣言

大会委員長挨拶

オリエンテーション

- ・日程および運営の進行について
- ・競技方法についての説明

閉式のことば

【閉会式次第】

閉式のことば

成績発表並びに表彰式

ウォークビンゴクイズ解答発表

成績発表

表彰式

総評

閉会のことば

組合わせ表

一般の部

▶=代表者

NO	市町村名	チーム名	年齢	参加者氏名	人数
1	弘前市	Vita Nova Spes(ヴィータ・ノ ヴァ・スペース)	51	◇ 越前谷 良一	4
			25	石田 祥士	
			25	今 美穂	
			53	越前谷 朱美	
2	青森市	風と太陽	46	◇ 田村 健	4
			43	田村 由起子	
			8	田村 風葉	
			6	田村 悠晃	
3	青森市	アップリートぼん	64	◇ 工藤 仁志	2
			59	工藤 裕子	
4	青森市	岩谷家	28	◇ 千田 大輔	4
			60	岩谷 康司	
			59	岩谷 寿恵	
			28	千田 楓香	
5	青森市	青森山田きらめきキッズ 「チーム にじいろ」	32	◇ 安田 結子	2
			4	安田 稀一	
6	青森市	青森山田きらめきキッズ 「チーム ☆野宮魂☆」	41	◇ 野宮 祐介	4
			46	野宮 梨英	
			12	野宮 杏奈	
			3	野宮 鈴花	
7	青森市	青森山田きらめきキッズ 「チーム いぐち一ぬ」	5	◇ 井口 望羽	4
			46	井口 太陽	
			43	井口 佳代子	
			9	井口 碧人	
8	青森市	青森山田きらめきキッズ 「チーム アルティメット」	5	◇ 高橋 維杜	3
			30	高橋 優樹	
			34	高橋 五月	
9	青森市	青森山田きらめきキッズ 「チーム まおまお海賊団」	5	◇ 中村 真碧	4
			40	中村 大慶	
			40	中村 早紀	
			12	中村 桃音	
10	青森市	ふくおか	72	◇ 山口 浩	5
			44	福岡 千絵	
			12	福岡 亮人	
			8	福岡 由惟	
			72	藤野 弘子	
11	青森市	オービット	47	◇ 田村 勝哉	3
			17	田村 美結	
			15	田村 祥隆	
12	青森市	Nのために	42	◇ 横内 望	3
			48	横内 瞳	
			47	山田 美恵子	
13	青森市	卸センターAチーム	51	◇ 小田切 勇治	4
			52	成田 賀子	
			13	成田 琉生翔	
			29	山本 舞	
14	青森市	T-美	60	◇ 高杉 睦子	4
			61	今 美也子	
			60	大船 美可	
			58	今 里美	
15	青森市	中央大2	72	◇ 坂井 幸子	3
			72	佐藤 みや子	
			82	矢島 文江	
					合計
					53

学生の部

▶=代表者

NO	市町村名	チーム名	年齢	参加者氏名	人数
1	青森市	青森中央短期大学 タイフー	19	◇ 伊丸岡 未来	4
			28	井上 瑞葉	
			19	脇川 陽菜	
			19	前田 羽瑠華	
2	青森市	青森中央短期大学 ふじえ	19	◇ 田中 愛奈	4
			20	本間 愛彩	
			19	戸成 菜月	
			19	藤島 花江	
					合計
					8

※当日参加も可能 本名簿は6/18現在によるもの

ウォークビンゴについて

青森駅前公園をスタート・ゴール地点とし、新町商店街や周辺の広場・公園などを巡りながら、「まちなかウォーク」を楽しむレクリエーション・スポーツです。仲間と協力してチェックポイントを回り、ビンゴやクイズ、ゲームに挑戦しながら青森のまちなかを歩きます。

競技の流れ

- 1 スタート前に5×5のマスに1～100までの数字を自由に記入します。
- 2 地図を見ながら駅前公園を出発し、地図に示された①～⑩のチェックポイントを巡ります。各チェックポイントでは、数字合わせ（ビンゴ）とクイズに挑戦します。また、A～Cのゲームコーナーでゲームを行い、ポイントを獲得します。
- 3 全てのチェックポイントとゲームコーナーを終えた後、青森駅前公園に戻ってゴールします。
- 4 クイズの正解数、ビンゴの成立数、ゲームポイントの合計得点により順位を決定します。

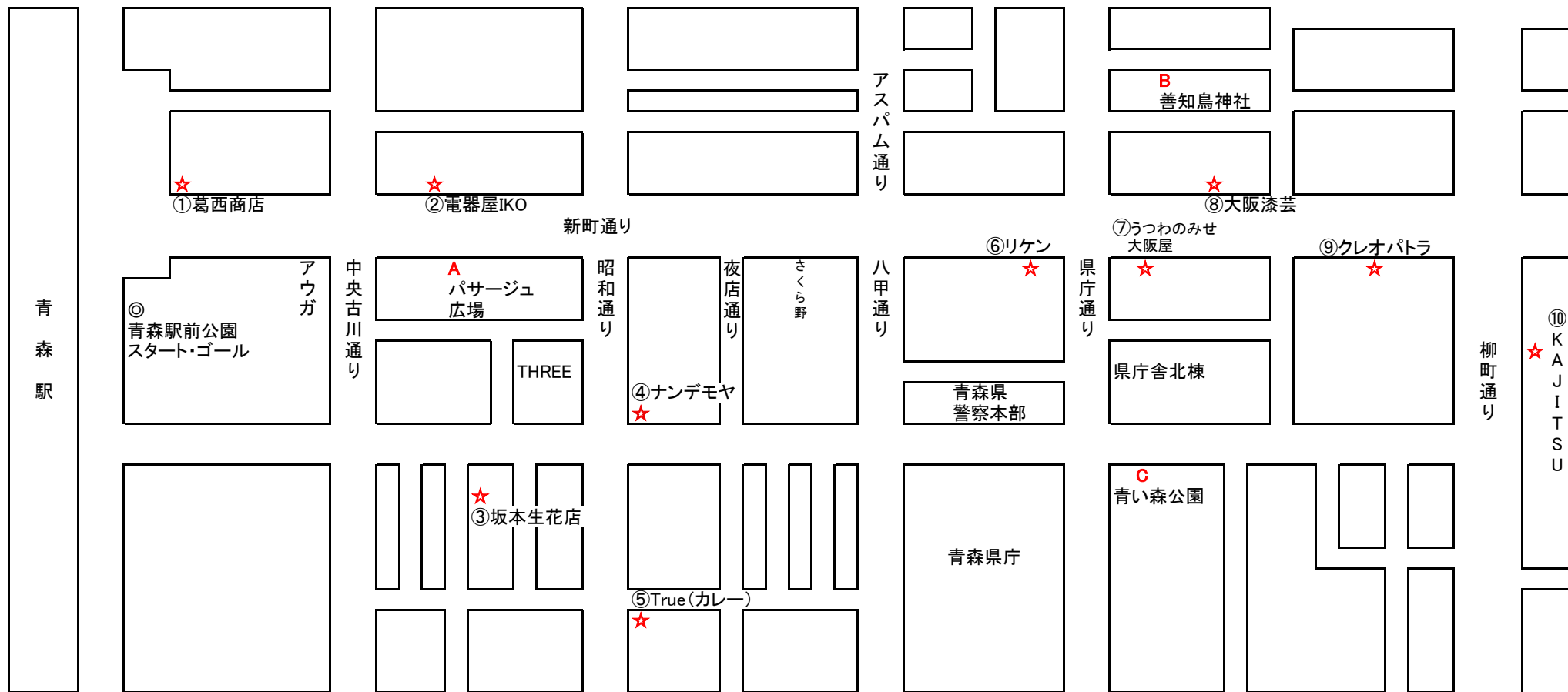
表彰

閉会式において結果を発表し、次のチームを表彰します。

第1位、第2位、第3位、ブービー賞の入賞チームには景品を贈呈します。

会場図(駅前公園～新町商店街)

①～⑩のクイズ&ビンゴとA～Cのチェックポイント(ゲーム)を回り、駅前公園に戻ってきてください。



★クイズ&ビンゴ

- ①葛西商店
- ②電器屋IKO
- ③坂本生花店
- ④ナンデモヤ
- ⑤True(カレー)
- ⑥リケン
- ⑦うつわのみせ大阪屋
- ⑧大阪漆芸
- ⑨クレオパトラ
- ⑩KAJITSU

チェックポイント(ゲーム)

- A: パサージュ広場
サイコロ転がし大逆転！
- B: 善知鳥神社
おみくじで大当たり？！
- C: 青い森公園
フラフープで大穴？！

国 道

NO! スポハラ

スポーツ・ハラスメント（暴力、暴言、ハラスメントなど）に、
みんなが『NO！』と言う社会を目指して

『スポハラ（スポーツ・ハラスメント）』とは？

「スポハラ（スポーツ・ハラスメント）」とは、スポーツの現場において、「暴力」、「暴言」、
「ハラスメント」、「差別」など“安全・安心にスポーツを楽しむことを害する行為”のことです。

指導者と指導を受ける者との関係のみならず、スポーツの現場における関係者の誰によっても、
また誰に対してであっても、スポハラは起こります。



Japanese
Olympic
Committee



『スポハラ』根絶に向けた取り組み



JSPPO

Japan Sport Association



NO! スポハラ

スポーツ・ハラスメント
(暴力・暴言・ハラスメントなど) に、
みんなが『NO!』と言う社会を目指して



ぼうりよくこういとうそうだんまどぐち スポーツにおける暴力行為等相談窓口

相談員



りようかのう
どなたでもご利用可能!

きがる そうだん
お気軽にご相談ください

スポーツにおける暴力行為等根絶宣言・
スポーツ・インテグリティ確保に関する協力覚書>>



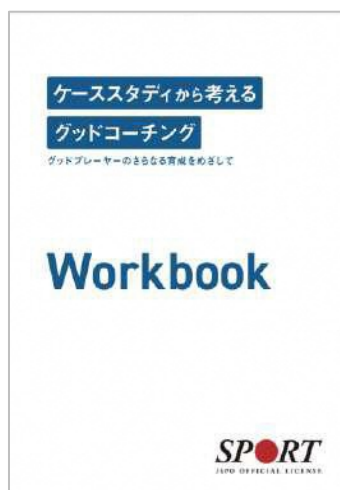
『スポハラ』根絶に向けた取り組み



JSPO

Japan Sport Association

グッドコーチとして適切に対応するための動画・ワークブックの公開

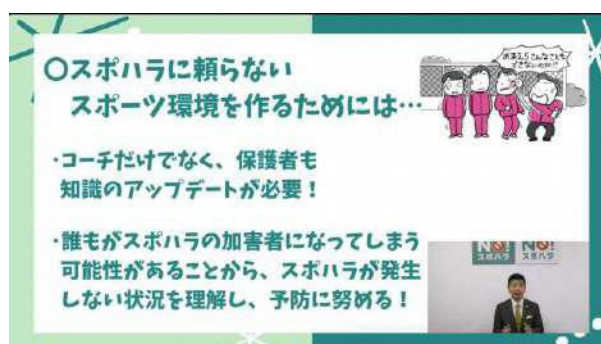


スポーツ現場におけるハラスメント防止動画・情報発信動画の公開

<スポーツ現場におけるハラスメント防止動画>

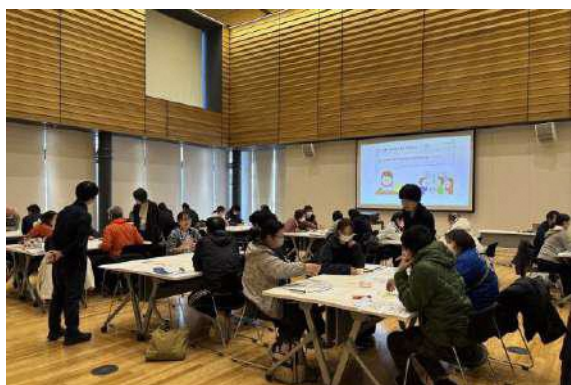


<「スポハラ」に関する情報発信動画>



スポーツ・ハラスメント防止・啓発セミナーの実施

<令和6（2024）年度の様子（計4会場で実施）>



各種事業における「NO！スポハラ」活動の周知

<国民スポーツ大会での活動紹介ブース>



<「NO！スポハラ」活動横断幕の掲出>



アスリートの盗撮、 写真・動画の悪用、 悪質なSNS投稿は 卑劣な行為です。

スポーツは、子供から大人まで誰もが楽しめるものです。そのためにも安心してスポーツに取り組める環境を守っていく必要があります。盗撮はもちろん、アスリートの写真・動画を使用した性的目的のSNS投稿やWEB掲載は、アスリート、更には多くのファン、家族、関係者を傷つける絶対に許されない卑劣な行為です。すべてのアスリートが競技に集中し、スポーツを心から楽しめる環境を守るため、スポーツ界全体でこの問題に取り組みます。

- ▶ 大会における盗撮防止事例を共有し、各大会での防止策の取り組みを後押しします。
- ▶ 研修等を通じ、アスリート自身がネットやSNSで身を守る必要性を啓発していきます。
- ▶ SNS投稿やWEB掲載の実態把握に努め、関係機関に共有していきます。

この問題を解決するには皆様のご理解が欠かせません。

これからも安心してスポーツができる環境を守るために、ご理解ご協力をお願いいたします。

安全な環境を、すべてのスポーツ愛好者のために。 SAVE ATHLETES, SAVE SPORT.

大会会場で盗撮等が疑われる行為を見かけましたら大会主催者にお知らせください。

アスリートを傷つける性的目的のSNS投稿やWEB掲載を見かけましたら下記サイトよりご連絡ください。
今後の対応に活用するとともに、悪質な事例については当局への通報も検討します。

<https://www.joc.or.jp/about/savesport/>



- ▶ 盗撮は迷惑防止条例で犯罪として処罰される可能性があります。
- ▶ SNS等で本人の名誉を傷つける書き込みは犯罪(名誉毀損罪)として処罰される可能性があります。
- ▶ 匿名による投稿であっても、法的手続きにより、投稿者が特定され、損害賠償請求の対象になる可能性があります。

競技会場地マップ

Venue map

県内全40市町村と県外3市町において、国スポ・障スポ合わせて104競技を開催！

国スポ	正式競技(37)	特別競技(1)	公開競技(7)	デモンストレーションスポーツ(39)	冬季正式競技(3)
障スポ	正式競技(14)	オープン競技(3)	(身)身体障がい者が出場できる競技 (知)知的障がい者が出場できる競技 (精)精神障がい者が出場できる競技		

東青地域

青森市

- 国スポ総合開・閉会式
- 障スポ開・閉会式
- 陸上競技
- 水泳(競泳)
- 水泳(水球)
- 水泳(アーティスティックスイミング)
- 水泳(オープンウォータースイミング)
- テニス
- バレーボール(6人制)
- バレーボール(ビーチバレーボール)
- ハンドボール
- ソフトテニス
- 卓球
- 軟式野球
- ライフル射撃(25m)
- ラグビーフットボール(15人制)
- スポーツクライミング(リード・ボルダー)
- アーチェリー
- ゴルフ
- トライアスロン

平内町

- ゴルフ
- 綱引

蓬田村

- モルック

今別町

- 年齢別バドミントン

外ヶ浜町

- ペタンク

- ウォークビンゴ
- カーリング
- ソフトバレーボール
- ターゲット・バードゴルフ
- ドッジボール
- 年齢別ソフトテニス
- 年齢別テニス
- ふれあいボウリング
- ユニバーサルホッケー
- ランジボール卓球
- ダンススポーツ
- 陸上競技(身・知)
- 水泳(身・知)
- アーチェリー(身)
- 卓球(身・知・精)

サウンドテーブルテニス(身)を含む。

下北地域

むつ市

- ローイング
- バスケットボール
- セーリング
- フェンシング
- フライングディスク
- バスケットボール(知)

大間町

- ウォーキング

風間浦村

- ノルディックウォーキング

東通村

- ソフトバレーボール

佐井村

- ふれあいソフトボール

上北地域

十和田市

- サッカー
- バスケットボール
- 相撲
- ゲートボール
- バウンドテニス
- パークゴルフ
- Let's Enjoy バウンドテニス
- バレーボール(身)

三沢市

- ホッケー
- バスケットボール
- 軟式野球
- ソフトボール
- 銃剣道
- 武術太極拳
- いきいき太極拳
- スケート(ショートトラック)
- アイスホッケー
- ボウリング(知)
- 車いすバスケットボール(身)
- デフボウリング(身)

野辺地町

- ハンドボール

七戸町

- 剣道
- ブラインドテニス(身)

六戸町

- 軟式野球

横浜町

- マラソン

東北町

- ソフトボール
- 女子ソフトボール
- ソフトボール(知)

六ヶ所村

- ホッケー
- 軟式野球

おいらせ町

- 軟式野球
- スポーツチャンバラ
- ファイン・ボール
- ブラインドベースボール(身)
- ファイン・ボール(身)

西北地域

五所川原市

- バレーボール(6人制)
- バレーボール(精)

つがる市

- バレーボール(6人制)
- 柔道
- バレーボール(知)

鰯ヶ沢町

- マスターズスイミング

深浦町

- ノルディックウォーキング

板柳町

- ふれあいゲートボール
- ウォーキング

鶴田町

- マラソン&ウォーキング

中泊町

- ビーチサッカー

中南地域

弘前市

- 体操(競技)
- 体操(新体操)
- 体操(トランポリン)
- ソフトボール
- 弓道(近的・遠的)
- ライフル射撃(50m、10m、BR・BP)
- 空手道

黒石市

- バドミントン

西目屋村

- カヌー(スプリント)
- カヌー(スラローム・ワイルドウォーター)

大鰐町

- パラグライディング
- オリエンテーリング
- スキー(ジャイアントスラローム)
- スキー(クロスカントリー)

- クレー射撃(トラップ・スキート)
- 高等学校野球(硬式・軟式)
- マスターズ陸上競技
- ビリヤード
- フライングディスク(身・知)
- ボッチャ(身)

平川市

- ウエイトリフティング
- グラウンド・ゴルフ
- エアロビック
- インディアカ

藤崎町

- なぎなた
- パワーリフティング
- スポーツウエルネス吹矢

田舎館村

- ユニカール

三八地域

八戸市

- サッカー
- バスケットボール
- レスリング
- 自転車(トラックレース)
- ソフトボール
- ラグビーフットボール(7人制)
- ボウリング
- 空道
- スケート(スピード)
- スケート(フィギュア)
- アイスホッケー
- サッカー(知)
- フットソフトボール(知)

三戸町

- パークゴルフ

五戸町

- サッカー

田子町

- マラソン

南部町

- サッカー

階上町

- 自転車(ロードレース)
- フロアボール

新郷村

- エンジョイ! グラウンド・ゴルフ

県外

宮城県利府町

- 水泳(飛込)

山梨県北杜市

- 馬術

秋田県鹿角市

- スキー(スペシャルジャンプ)
- スキー(コンパインド)

第 8 0 回国民スポーツ大会
デモンストレーションスポーツ
〔 ウォークビンゴ 〕 競技会

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ青森市実行委員会